

康健食飲

多種類 飲食治療 (六)

飲食治療，對於人體之健康，具有極大之影響。古人云：「食為人生第一要事。」此言不謬。現代醫學，亦極力推崇飲食之重要性。飲食不僅為營養之來源，且為治療之媒介。多種類之飲食，能補益身體，增強抵抗力，對於各種疾病之治療，均有顯著之效果。

一、營養豐富：多種類之飲食，能攝取各種營養素，如蛋白質、碳水化合物、脂肪、維生素及礦物質等，使身體得到均衡之營養。

二、促進消化：多種類之飲食，能刺激消化系統，促進腸胃蠕動，使食物易於消化，吸收。

三、增強抵抗力：多種類之飲食，能增強人體之免疫力，抵抗各種病菌之侵襲，預防疾病之發生。

四、治療疾病：多種類之飲食，對於各種疾病之治療，均有顯著之效果。如貧血者，宜多食含鐵豐富之食物；糖尿病者，宜多食低糖之食物；心臟病患者，宜多食低脂肪之食物。

五、改善體質：多種類之飲食，能改善體質，使身體強健，精神煥發。

六、延緩衰老：多種類之飲食，能延緩衰老，使人長壽。

香港師生頭痛的問題

今聖教

日前，香港各界，對於香港師生頭痛之問題，極為關心。據悉，香港師生頭痛之問題，已達到了極點。其原因，多由於生活壓力大，工作過度，休息不足，以及環境污染等因素所致。此種頭痛，不僅影響師生之健康，且影響教學之質量。因此，社會各界應予以重視，採取有效措施，減輕師生之負擔，改善其生活環境，以解決此種頭痛之問題。

陳鐘示

陳鐘示，廣東人，現任某機關職務。其人性格豪爽，辦事認真，深受同事之信賴。近日，因其工作過度，患上了頭痛之症。經醫生診斷，係由於生活壓力大，休息不足所致。陳君在病中，仍不忘工作，表現出了極強之責任感。

陳壁君參加革命之事實

陳壁君，廣東人，現任某機關職務。其人性格剛毅，辦事果斷，深受同事之信賴。近日，因其工作過度，患上了頭痛之症。經醫生診斷，係由於生活壓力大，休息不足所致。陳君在病中，仍不忘工作，表現出了極強之責任感。

陳壁君參加革命之事實 (續)

陳壁君參加革命之事實，已為人所共知。其在革命過程中，表現出了極大之勇氣和犧牲精神。其參加革命之事實，不僅為其個人之榮譽，且為革命事業之貢獻。其參加革命之事實，已成為革命史上之佳話。

波量脂肪

波量脂肪，是一種新型之減肥藥物。其作用原理，在於促進脂肪之代謝，使脂肪分解，排出體外。服用波量脂肪，能達到減肥之目的。其特點為：無副作用，不傷身體，見效快。適用於各種肥胖症之治療。

來來和魯魯

來來和魯魯，是兩隻可愛之小動物。來來是一隻小貓，魯魯是一隻小狗。它們性格活潑，喜歡玩耍。近日，它們在公園中玩耍時，遇到了一位小朋友。小朋友見到了它們，非常開心，與它們玩耍。來來和魯魯也表現出了極大之友好，與小朋友建立了深厚之友誼。

品小橋晚愛

品小橋晚愛，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

幽怨遺留帕上書

幽怨遺留帕上書，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

救弱女小被焚

救弱女小被焚，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

新都酒樓應時令供獻

鮑翅菓子狸蛇羹
原價五十九元九角 現價四十九元九角
全乳豬蹄膀兩食雙料供應
樂宮樓京菜宵夜雙料供應

鳳鳴茶館椰子燉雞

鳳鳴茶館椰子燉雞，是一道名菜。其選料上乘，烹調考究。雞肉鮮嫩，椰子清香，營養豐富。為茶館之招牌菜，深受顧客之喜愛。

同治口號

同治口號，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

星歌的小李

星歌的小李，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

添丁入珍寶園好

添丁入珍寶園好，是一部感人至深之電影。影片講述了一個關於愛情、友誼和犧牲之故事。影片情節動人，演員表演出色，深受觀眾之喜愛。影片上映後，票房極佳，成為當期之熱門影片。

香港家庭計劃

香港家庭計劃，是一個旨在提高家庭計劃意識之組織。該組織通過舉辦講座、發放宣傳品等方式，向公眾普及家庭計劃之知識。其宗旨為：提高人口素質，改善生活質量。

華京門樂百都皇斯慶方南

華京門樂百都皇斯慶方南，是一個集娛樂、休閒於一之場所。該場所設施齊全，服務周到。為市民提供了一個良好之消遣場所。

世界新界

世界新界，是一個集娛樂、休閒於一之場所。該場所設施齊全，服務周到。為市民提供了一個良好之消遣場所。

摩托根氏

摩托根氏，是一個集娛樂、休閒於一之場所。該場所設施齊全，服務周到。為市民提供了一個良好之消遣場所。

意注告廣登刊界各龍九

意注告廣登刊界各龍九，是一個集娛樂、休閒於一之場所。該場所設施齊全，服務周到。為市民提供了一個良好之消遣場所。

樓頂號八中道大
五〇二四二・五九六七二：話電

務服誠忠客顧爲

峰高最之榮粵創

諸蛇狸子菓翅鮑

蟹八清紅網鮑正金紅
肉寶蒸烤翅式陵燒
片糯米海會鹽片大
兒飯上子蛇翅燜鮑
麵飯鮮蛇翅鴨翅

元九十五百一菓原

席翅鮑猪乳體全

元九十三百一價特菓原

席十數開連 堂禮大華豪

意隨儉豐。會宴小大

元九位每 菜局鵲翅鮑

有已均華榮貴富

加利巴谷爲何變教徒

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

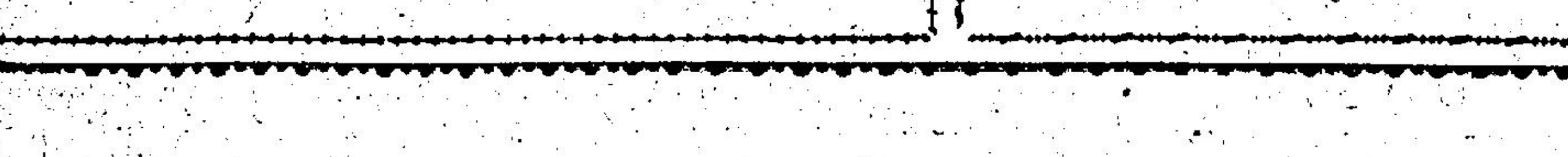
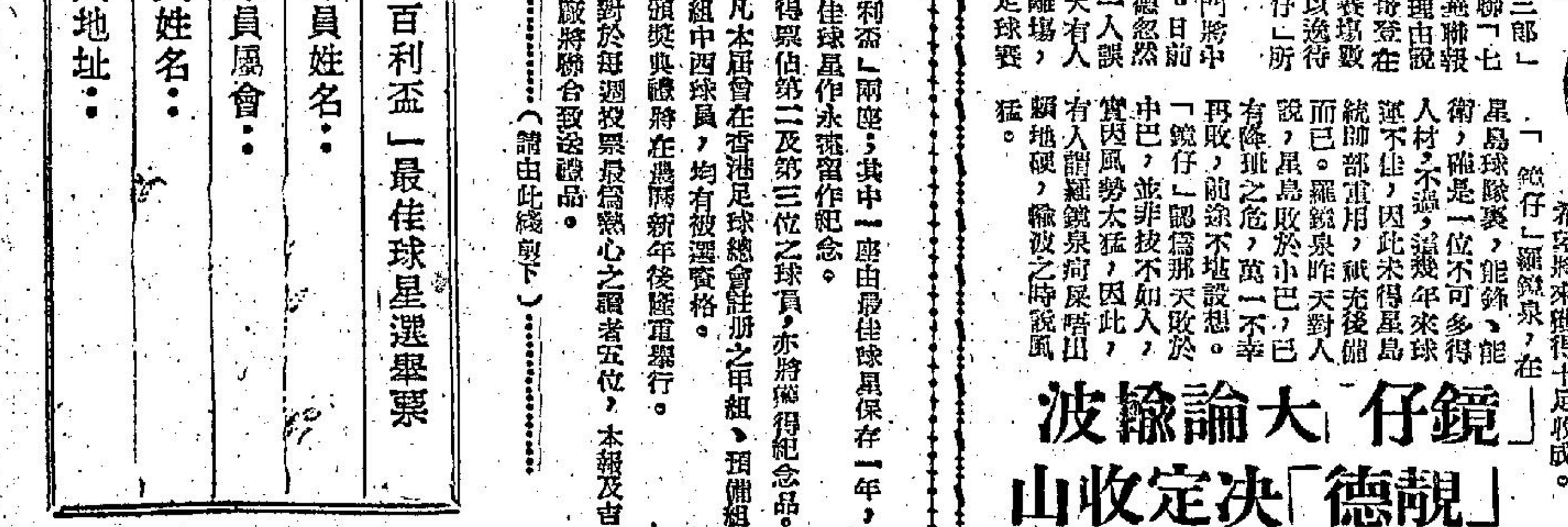
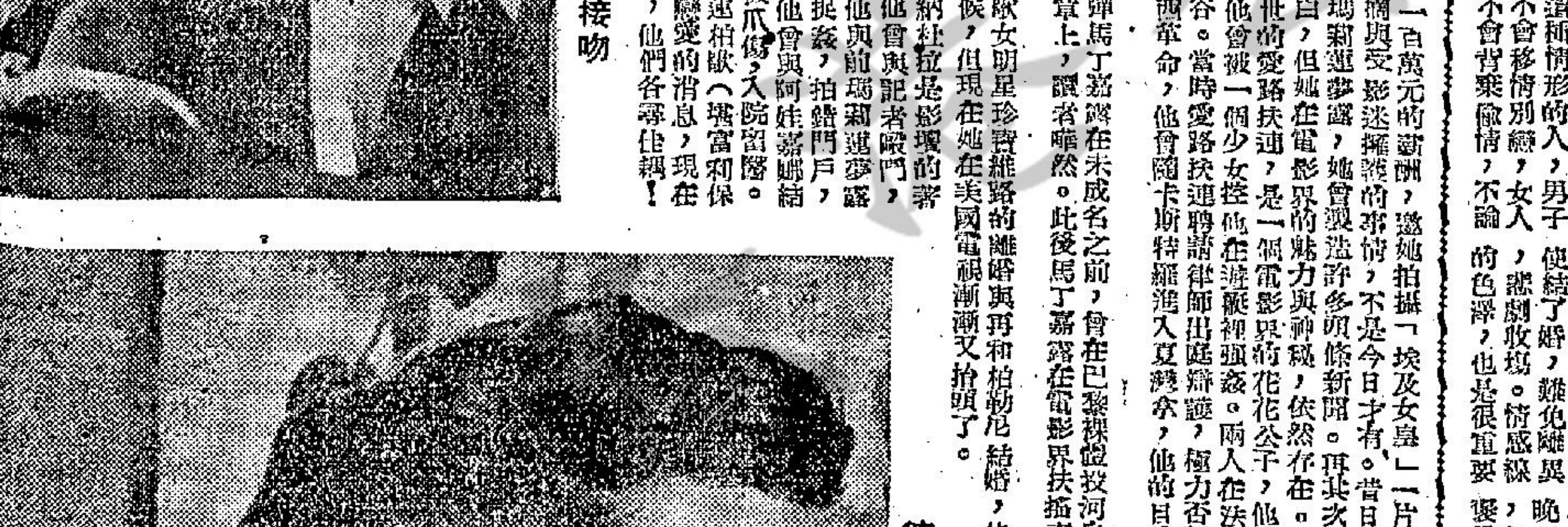
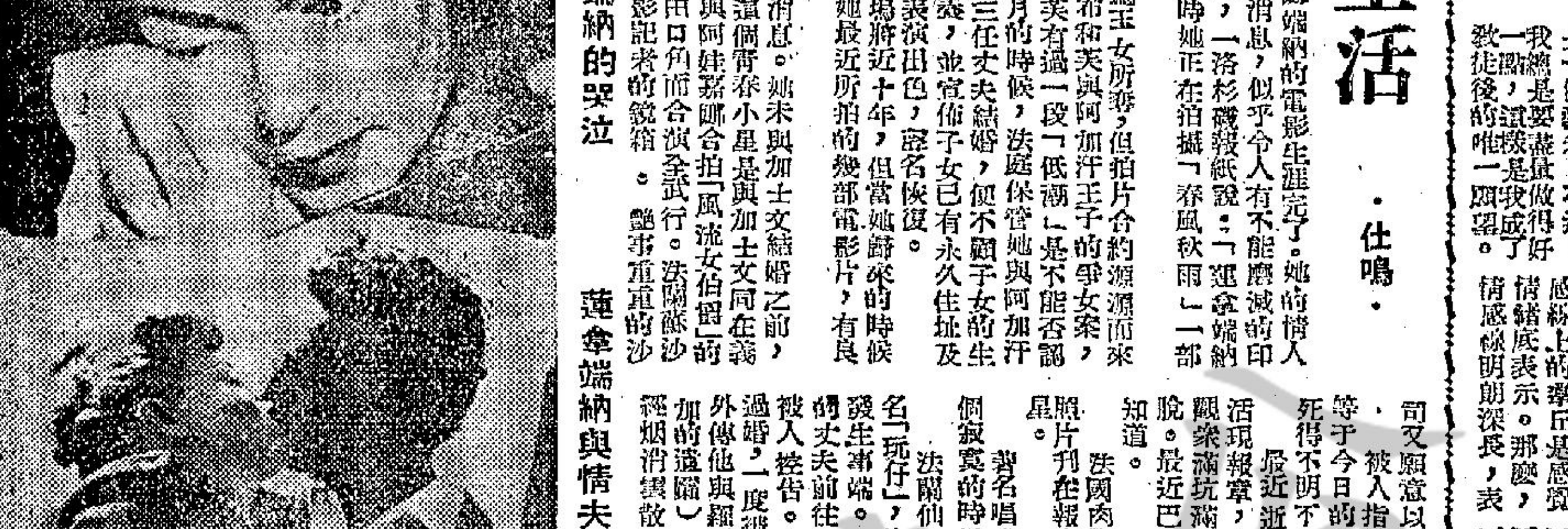
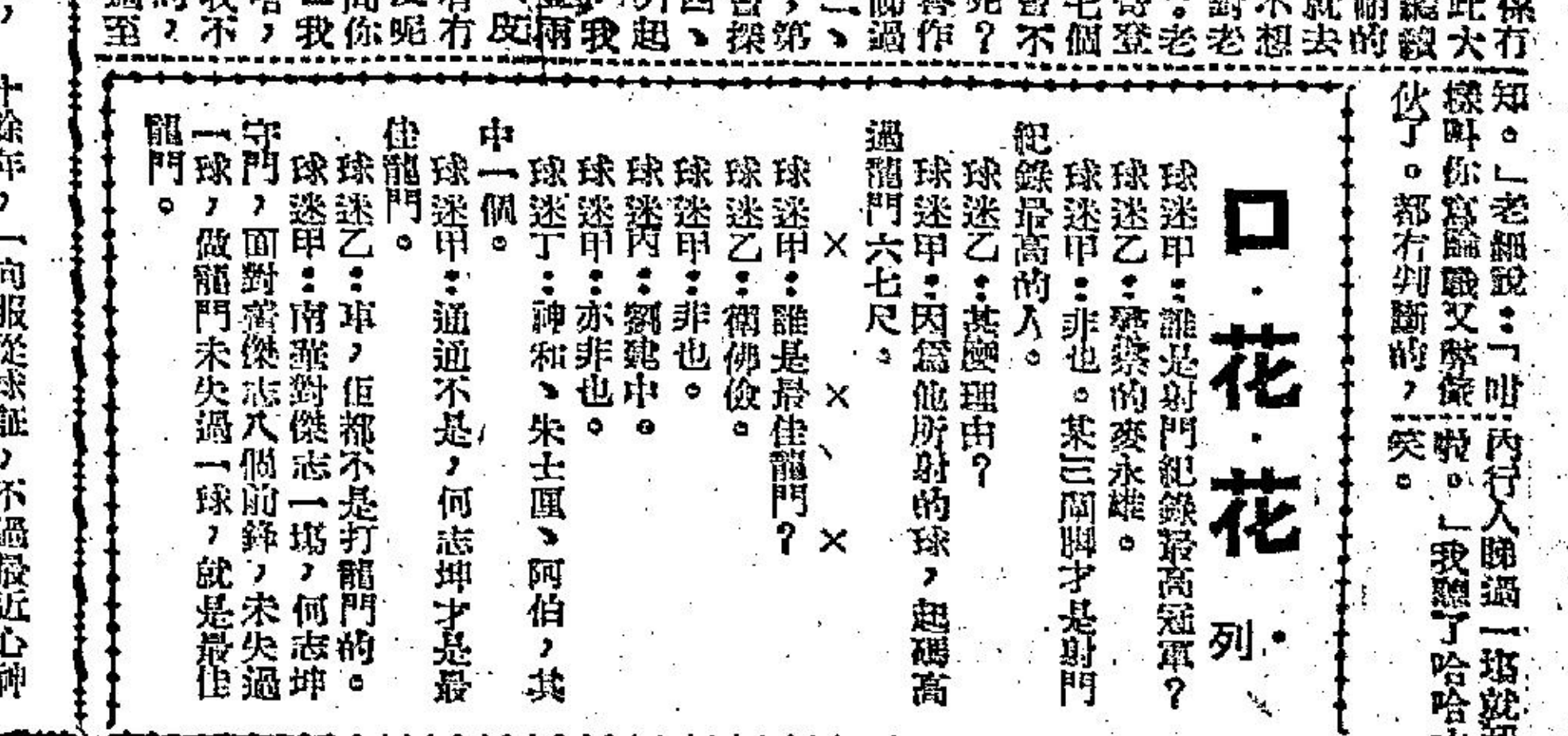
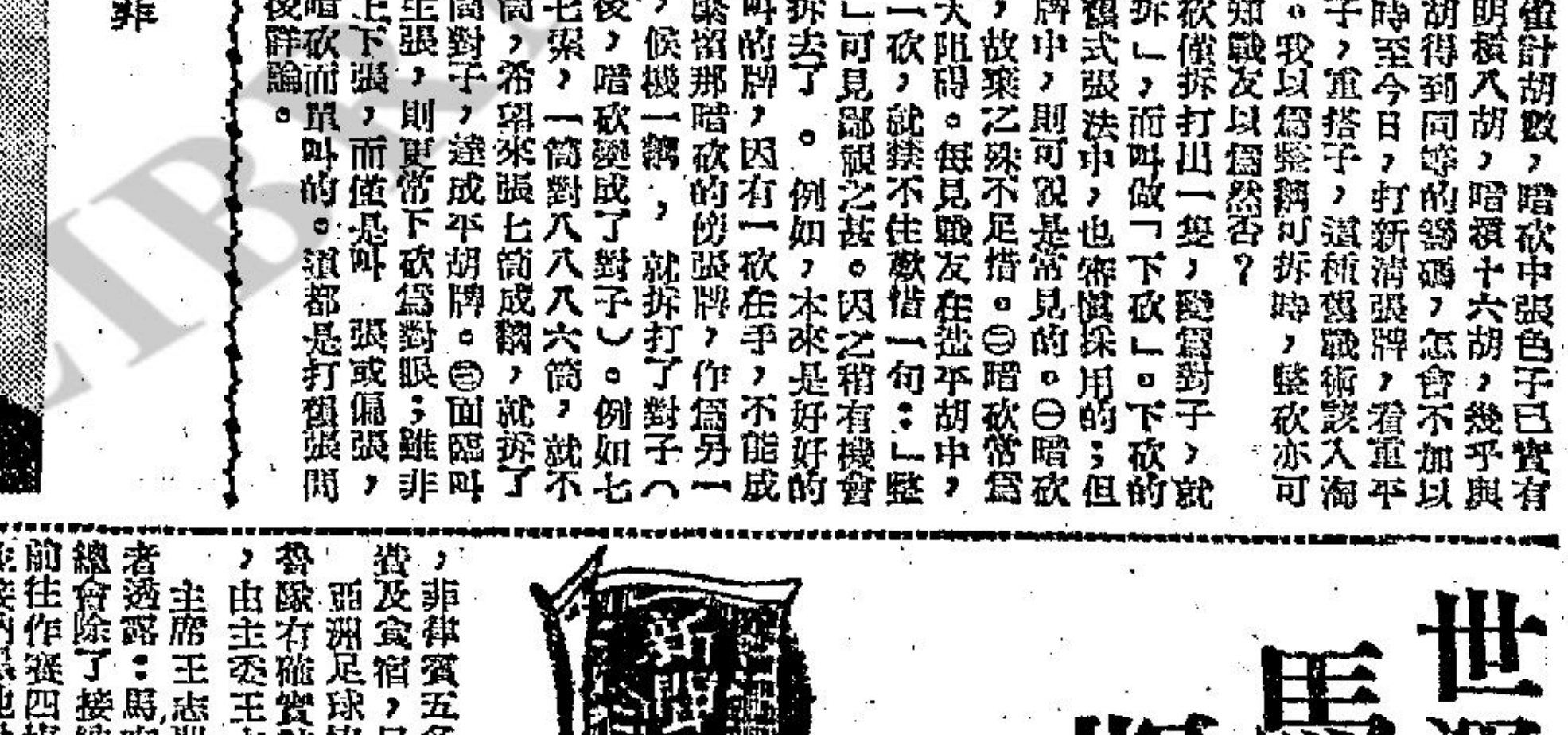
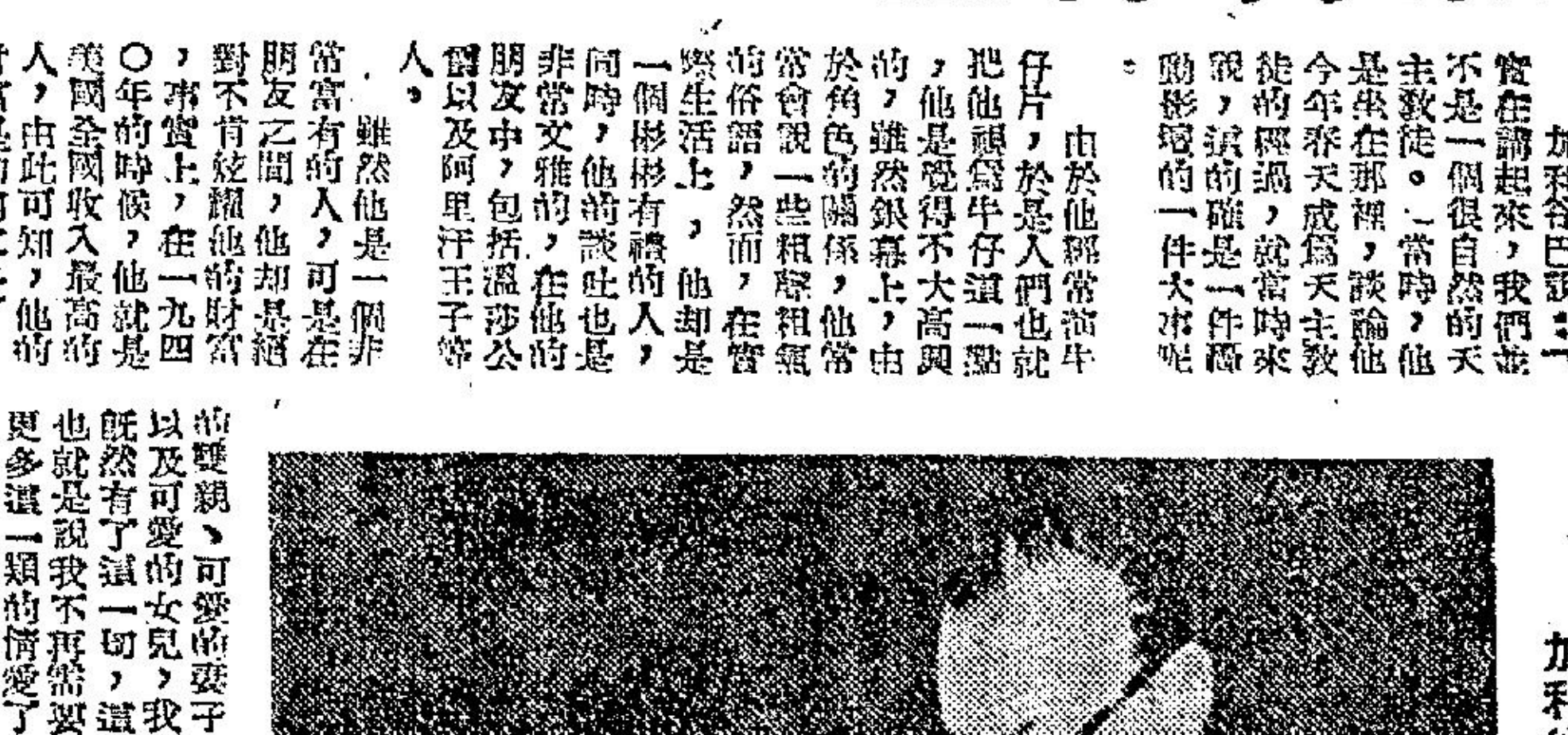
加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。

加利巴谷，這一個在華埠中，被譽爲「小香港」的地方，自從去年聖誕節，被大火燒燬後，已面目全非。現在，這一個地方，已變成了一個教徒的天堂。據悉，這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。這裏的教徒，多是由於生活所迫，而轉入宗教的。他們在教中，找到了心靈的慰藉，也找到了生活的希望。



明星的私生活

明星的私生活，一直是人們所矚目的。在光鮮亮麗的背後，他們也有著自己的苦悶和追求。本文將探討一些知名藝人的私生活，包括他們的感情、家庭以及對生活的看法。

婚姻與感情線的關係

婚姻與感情，是兩個既相連又相離的概念。本文將探討婚姻與感情之間的關係，以及它們對個人生活的影響。我們將看到，一段健康的感情是婚姻幸福的基礎，而一段穩定的婚姻也能為感情提供堅實的支撐。

藍馬失前蹄

藍馬，這位在賽馬界享有盛譽的騎師，最近在一次比賽中發生了意外。本文將回顧他的職業生涯，以及這次意外對他的影響。藍馬的經歷告訴我們，即使在最光輝的時刻，也可能會遇到挫折。

世運亞洲區複賽

世界運動會亞洲區複賽正在如火如荼地進行中。本文將報導比賽的最新進展，包括各隊的分數、排名以及觀眾的反應。這場比賽不僅考驗運動員的實力，也展現了亞洲體育事業的發展水平。

馬來亞無意主辦

馬來亞方面最近表示，他們無意主辦即將舉行的世界運動會。本文將探討這一消息的背景，以及對主辦權爭奪的影響。主辦權的爭奪往往涉及多種因素，包括經濟實力、體育基礎設施以及國際關係等。

負責單程機票及食宿

為了方便參賽運動員，主辦單位決定負責單程機票及食宿。本文將介紹這一舉措的具體安排，以及對運動員的影響。這一舉措旨在減輕運動員的經濟負擔，讓他們能夠專注於比賽。

新馬仔「高棋」

新馬仔「高棋」，這是一個在當地頗具影響力的組織。本文將探討該組織的歷史、宗旨以及對社區的影響。高棋組織在促進社區發展、維護社會穩定方面發揮著積極作用。

波輪論大仔鏡

波輪論大仔鏡，這是一個在當地頗具影響力的組織。本文將探討該組織的歷史、宗旨以及對社區的影響。波輪論組織在促進社區發展、維護社會穩定方面發揮著積極作用。

山收定決「德觀」

山收定決「德觀」，這是一個在當地頗具影響力的組織。本文將探討該組織的歷史、宗旨以及對社區的影響。山收定組織在促進社區發展、維護社會穩定方面發揮著積極作用。

辦主合聯·廠力古朱利百吉·報日商工

舉選星球佳最

本報爲推廣體育運動，特舉辦「最佳球星選舉」活動。凡在本報刊登廣告之客戶，均可參加投票。投票截止日期爲一九九一年一月三十一日。詳情請見本報廣告部說明書。

「吉百利」最佳球星選舉

被選球員姓名：
被選球員姓名：
被選球員姓名：
選舉人姓名：
選舉人地址：